

Mari Ranta

LIIKUNNALLA YHTEISÖLLISYYTTÄ  
LASTENSUOJELULAITOKSEEN

Hoitotyön koulutusohjelma

Hoitotyö

2013

## LIIKUNNALLA YHTEISÖLLISYYTTÄ LASTENSUOJELULAITOKSEEN

Ranta, Mari  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Maaliskuu 2013  
Ohjaaja: Mikkonen-Ojala, Tiina  
Sivumäärä: 30  
Liitteitä: 1

Asiasanat: lastensuojelu, lastensuojelulaitos, lastensuojelulaki, yhteisöllisyys, liikunta

---

*Suomessa on yli 50 000 syrjäytynyttä nuorta. Asiaa on puitu lehdissä ja kouluissa, sillä useimmiten koulu on se paikka, josta syrjäytyminen helposti alkaa. Reilu vuosi sitten tehdyssä tutkimuksessa selvitettiin teini-ikäisten kiinnostusta koululiikuntaa kohtaan. Siinä todettiin, että liikunnassa tärkeimpiä asioita ovat yhteenkuuluvuus, yhdessä toimiminen, ryhmähenki ja hauskuus. Yhteinen onnistumisen kokemus liikunnan kautta on nuorille myös erittäin arvokasta. Saavuttaakseen onnistumisen kokemuksia nuoren on uskottava itseensä ja asioihin, joita hän tekee. Onnistuminen on vahvasti sidoksissa luottamukseen, hyväksymiseen ja ilmapiiriin.*

*Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli toteuttaa kaksi liikuntatuntia lastensuojelulaitos Mesikämmenen nuorille. Tarkoituksena oli myös tarjota erilaisia elämyksiä ja kokemuksia nuorille, jotka eivät muutoin ole kiinnostuneita liikunnasta. Opinnäytetyön tavoitteena oli yhteisöllisyyden paraneminen liikunnan avulla Mesikämmenen nuorten keskuudessa.*

*Liikuntatunnit toteutettiin marras-joulukuussa 2012. Toinen liikuntatunti oli ryhmäliikuntaa salibandyn merkeissä ja toinen yksilöliikuntaa seinäkiipeilyä.*

*Kahden liikuntatunnin jälkeen yhteisöllisyyden paranemista ei voi vielä havaita. Tarkoituksena kuitenkin on jatkaa yhteistä liikuntaa nuorten kanssa viikoittain. Tämän avulla varmasti päästään tavoitteeseen. Vaikka tavoite ei vielä täyttnyt, oli kuitenkin huomattavissa nuorten kiinnostuksen heräämistä erityisesti seinäkiipeilyä kohtaan.*

## MORE COMMUNALITY TO CHILDREN'S HOME WITH EXERCISE

Ranta, Mari

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in nursing

March 2013

Supervisor: Mikkonen-Ojala, Tiina

Number of pages: 30

Appendices: 1

Keywords: child welfare, children's home, the law to protect children, communality, exercise

---

*In Finland we have over 50 000 youngsters who have become marginalized. That is a thing what's been discussed a lot in newspapers and schools because mostly school is the place where marginalizing usually starts. In a research, made over a year ago, has been investigated teenagers interest in school exercise. It said that the most important thing in exercise is social cohesion, working together, group spirit and fun. Jointed experience in succeeding through exercise is very valuable for youngsters. To achieve feelings of success the youngster has to believe in him / herself and the things he / she does. Succeeding is strongly bonded to trust, acceptance and atmosphere.*

*The purpose of this thesis was to execute two exercise lessons for the youngsters in children's home called Mesikämmen. The purpose was also to provide different kind of experiences to the youngsters who otherwise don't have any interest in exercise. The goal for this thesis was to improve the communality among the youngsters with exercise.*

*The exercise lessons were executed in November and December of 2012. The other lesson was a group exercise with floor ball and the other was individual lesson with wall climbing.*

*After two lessons it is impossible to notice any improvement in communality. The purpose is to carry on the jointed exercise weekly with the youngsters. With that the goal is achievable. Even though the goal didn't fulfill yet it was easy to notice how the youngsters interests came to life especially to wall climbing.*

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	5
2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE.....	7
3 PROJEKTIMAINEN OPINNÄYTETYÖ .....	7
4 LIIKUNTA YHTEISÖLLISYYDEN VAHVISTAJANA.....	8
5 TERVEYS 2015 .....	10
6 SYRJÄYTYMISEN EHKÄISYN TOIMENPIDEOHJELMA.....	11
7 LASTENSUOJELU .....	12
7.1 Lastensuojelulaki .....	13
7.2 Lastensuojelulaitos.....	14
7.3 Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmen OY .....	15
8 LASTENSUOJELUASIAKKUUS .....	16
8.1 Mesikämmenen nuorten taustoja .....	17
8.2 Nuoren elämä lastensuojeluasiakkuuden jälkeen .....	18
9 OPINNÄYTETYÖN SUUNNITTELU .....	19
9.1 Liikuntatuntien suunnittelu .....	19
9.2 Arviointisuunnitelma .....	21
10 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	21
11 LIIKUNTATUNNIT .....	22
11.1 Seinäkiipeilyä Porihallissa .....	22
11.2 Salibandya Porin Lyseon liikuntasalissa.....	24
12 OPINNÄYTETYÖN ARVIOINTI .....	26
LÄHTEET.....	29
LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Satakunnan Kansassa julkaistussa artikkelissa kerrottiin poliisin tehostetusta valvonnasta nuorten alkoholin käyttöä kohtaan Varsinais-Suomessa. Viikonlopun aikana alkoholia hävitettiin 147 litraa. Alkoholirikkomuksia kirjattiin alle 15-vuotiaille useita sekä 15-17-vuotiaille reilu sata. Samana viikonloppuna kirjattiin 115 ilmoitusta koteihin ja lastensuojeluviranomaisille. Esille nousi myös pari alle 18-vuotiaan huumeririkkomusta. (Satakunnan Kansa 2010.)

Suomessa on yli 50 000 syrjäytynyttä nuorta. Asiaa on puitu lehdissä ja kouluissa, sillä useimmiten koulu on se paikka, josta syrjäytyminen helposti alkaa. Nuoruuteen kuuluu halu olla isompi kuin ennen, halu olla suosittu ja kuulua porukkaan. Liian usein tämä niin sanottu porukkaan pääseminen tarkoittaa tupakoinnin aloittamista tai päihteiden kokeilua ja näin ollen voi myös huonontaa koulumenestystä. Nykyään näihin porukoihin jakaudutaan entistä enemmän ja tämä johtaa nuorten syrjäytymiseen. (Kyöstilä 2012.)

Tässä opinnäytetyössä tavoitellaan lastensuojelulaitos Mesikämmenen nuorten yhteisöllisyyden paranemista yhteisten liikuntatuokioiden avulla.

Yhteisöllisyys voi olla toiminnallista, kuten esimerkiksi liikunnassa, jolloin yhteenkuuluvuuden tunne saavutetaan kun pyritään yhteiseen päämäärään. Reilu vuosi sitten tehdyssä tutkimuksessa selvitettiin teini-ikäisten kiinnostusta koululiikuntaa kohtaan. Siinä todettiin, että liikunnassa tärkeimpiä asioita ovat yhteenkuuluvuus, yhdessä toimiminen, ryhmähenki ja hauskuus. Näihin asioihin voidaan päästä nuorten aktiivisemman roolin sekä kiinnostavien lajien kautta. (Nurmi 2012, 62.)

Sosiaali- ja terveysministeriöllä on meneillään toimenpideohjelma jolla pyritään ehkäisemään lasten ja nuorten syrjäytymistä. Ohjelmassa keskitytään lasten ja nuorten tukitoimiin, terveyserojen parantamiseen sekä terveyteen ja hyvinvointiin. Ohjelmassa tehdään yhteistyötä peruskoulujen, ammattikoulujen ja nuorten työpajan kanssa. (Sosiaali- ja terveysministeriön [www-sivut](http://www.sosiaali-ja-terveysministerio.fi) 2012 b.)

Opinnäytetyön teoriaosassa kerrotaan yhteisöllisyyden ja liikunnan vaikutuksista terveyteen, niin fyysiseen kuin henkiseenkin. Teoriaosassa kuvataan pääkohdat lastensuojelulaista sekä lasten ja nuorten asiakkuudesta lastensuojelussa. Teoriaosassa tuodaan myös esiin esimerkkejä Lastensuojelulaitos Mesikämminen arjesta ja nuorista, kuin myös heidän taipaleistaan Mesikämmeneen ja ajasta sen jälkeen.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITE

Opinnäytetyön tarkoituksena on toteuttaa kaksi liikuntatuntia lastensuojelulaitos Mesikämmenen nuorille. Tarkoituksena on myös tarjota erilaisia elämyksiä ja kokemuksia nuorille, jotka eivät muutoin ole kiinnostuneita liikunnasta.

Opinnäytetyön tavoitteena on yhteisöllisyyden paraneminen Mesikämmenen nuorten keskuudessa.

## 3 PROJEKTIMAINEN OPINNÄYTETYÖ

Projekti on tietyn ajan kestävä tavoitteellinen hanke. Se voi olla osa isommasta hankkeesta tai sillä voidaan tähdätä tiettyyn rajattuun kertaluontoiseen tulokseen. Työelämälähtöisessä projektissa olisi suotavaa että suunnitteluvaiheessa olisivat mukana ohjaaja, opinnäytetyön tekijä sekä työelämän edustaja. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 48.)

Projektimainen opinnäytetyö voi olla joko suunnittelu-, tuotekehitys-, tutkimus- tai kehittämisprojekti. Projektilla on tunnusomaisia piirteitä, kuten tavoitteellisuus, joka sisältää järkevän tavoitteen ja kuvaa selkeästi mistä työssä on kyse, sekä kertaluontoisuus mikä tarkoittaa että projekti on luonteeltaan uusi. Projektissa on tärkeää myös kokonaisuuden ohjaus, jolloin projektin suunnittelussa ja toteuttamisessa ohjaavat ja avustavat sekä opinnäytetyön ohjaaja että työelämän edustajat. He myös avustavat kokonaisuuden pysymistä hallinnassa. Projektimaisessa opinnäytetyössä näkyy myös suunnitelmallisuus. Siinä laaditaan suunnitelma, joka kuitenkin elää, muuttuu ja tarkentuu työn edetessä. Opinnäytetyötä tehdessä lasketaan resurssit, joka kattaa käytettävissä olevat henkilöt, raha, aika ja mahdolliset laitteet. (Projektimainen opinnäytetyö [www-sivut](#) 2012.)

Suunniteltaessa projektia pitää tutustua annettuun tehtävään ja tausta-aineistoihin, sekä selvittää lähtötilanne. Projektille on laadittava tavoitteet ja tehtävät, suunniteltava aikataulu sekä laadittava arvio mahdollisesti tarvittavista resursseista. Projekti täytyy myös rajata tietyn kokoiseksi. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 48-49.)

Projektisuunnitelmassa kerrotaan työn taustat ja lähtökohdat, tavoitteet, odotettavat tulokset, mahdolliset yhteydet eri hankkeisiin, organisaatio jolle työ tehdään, aikataulu, resurssit, työssä käytettävät tutkimusmenetelmät sekä raportointi. Projekti päättyy, kun lopputulosvaatimukset ja laatutavoitteet on saavutettu, ja opinnäytetyö raportoitu. (Projektimainen opinnäytetyö [www-sivut 2012.](#))

Valitsin itselleni projektimaisen opinnäytetyön, koska sillä saan otettua nuoret aktiivisesti mukaan työhöni. Projektilla myös työ keskittyy juuri nuoriin eikä vain organisaatioon, jolle työn teen.

## 4 LIIKUNTA YHTEISÖLLISYYDEN VAHVISTAJANA

Yhteisöllisyys on asia, joka koetaan yleensä positiiviseksi asiaintilaksi. Yhteisössä tapahtuvat myönteiset asiat ja ominaisuudet sekä sen positiiviset vaikutukset saavat ihmiset kokemaan yhteisöön kuulumisen hyväksi. Yhteisöllisyys muodostuu sosiaalisista suhteista, joka edellyttää yhteisössä olevilta jäseniltä keskinäistä ymmärrystä ja kykyä asettua toisen asemaan. Yhteisöllisessä yhteisössä ihminen voi hätätilanteessa saada apua toisilta ihmisiltä ja kokea kuuluvansa johonkin. Konkreettiset teot ja toiminta luovat yhteisöllisyyttä. Yhteisöllisyydellä voidaan torjua syrjäytymistä. Jokainen ihminen on toki erilainen ja jotkut vetäytyvät syrjään yhteisöllisistä toimista erinäisistä syistä. (Aalto-korkeakoulusäätiön [www-sivut 2010.](#))

Yhteisöllisyys voi myös olla toiminnallista, jolloin yhteenkuuluvuuden tunne syntyy yhteisestä päämäärästä, jota kohti pyritään yhdessä. Yhteisöllisyys voi myös olla symbolista, jolloin se ilmenee jaettuina kokemuksina, uskomuksina ja tunteina. Tällöin yhteisöllisyys ei rajoitu vain tietyn alueen ihmisiin. (Nurmi 2012, 27.)

Yhteinen onnistumisen kokemus liikunnan kautta on erittäin arvokasta. Saavuttaakseen onnistumisen kokemuksia nuoren on uskottava itseensä ja asioihin, joita hän tekee. Onnistuminen on vahvasti sidoksissa luottamukseen, hyväksymiseen



ja ilmapiiriin. Onnistumisen kokemusta seuraa parhaimmillaan voimaantumisen tunne, se tunne, että nuori tuntee olevansa taitava ja arvokas. (Nurmi 2012, 33.)

Vuonna 2011 tehdyssä tutkimuksessa selvitettiin yhdeksäsluokkalaisten kiinnostusta koululiikuntaan. Tutkimuksessa selvisi, että ryhmähenki, yhdessä toimiminen ja hauskuus muodostivat oppilaiden mielestä liikunnan oleellimmalla ulottuvuudella. Sosiaalinen yhteenkuuluvuus ja sen tukeminen olivat oppilaiden mielestä tärkeintä liikunnassa. Yhteisöllisyyden ja yhteenkuuluvuuden tunteeseen ja kokemuksiin liikuntatunnilla voidaan päästä sekä oppilaiden aktiivisemmän roolin, että nuoria kiinnostavien lajien kautta. (Nurmi 2012, 62.)

Liikunta on tarkoituksellista fyysistä aktiivisuutta. Se ylläpitää henkistä ja fyysistä terveyttä samoin kuten laadukas ravitsemuskin. Liikunta vähentää ennenaikaista kuolleisuutta ja myös ylläpitää sekä kehittää fyysistä kuntoa ja toimintakykyä. Liikunta ehkäisee useita sairauksia, kuten osteoporoosia, masennusta ja kakkostyypin diabetesta. Liikkuessa psyykinen hyvinvointi ja terveys paranevat, jolloin myös yleinen elämänlaatu kohoaa. Suomessa liian moni harrastaa liian vähän liikuntaa. Lapsista ja nuorista noin kolmannes liikkuu liian vähän. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2012.)

Liikunta voi saada ihmiset tuntemaan itsensä paremmiksi. Liikunnan tuomia muutoksia on havaittu fyysisessä itsearvostuksessa ja itsetuntemuksessa. Liikunta vaikuttaa itsearvostukseen ja itsetuntemukseen enemmän sellaisilla henkilöillä, joilla on huono itsearvostus ja itsetuntemus. Tutkimuksissa positiivisia tuloksia on saatu aikaan erityisryhmissä, kuten oppimishäiriöisillä, ylipainoisilla ja masentuneilla. On myös tutkittu liikunnan vaikutusta nukkumiseen ja todettu, että fyysinen aktiivisuus parantaa unen laatua ja nukahtamista. Jotta liikunnasta olisi eniten hyötyä, tulisi henkilön sitoutua jatkamaan liikkumista. (Liikunta ja mielenterveys opas 2008, 4-8.)

## 5 TERVEYS 2015

Terveys 2015 on pitkän aikavälin terveystoiminnallinen ohjelma, jossa tavoitellaan terveyden ja toimintakykyisten elinvuosien lisäämistä ja väestöryhmien välisten terveyserojen kaventamista. Ohjelmaa toteuttavat monet eri tahot, kuten elinkeinoelämä, kunnat ja järjestöt. Ohjelman taustalla on Maailman terveysjärjestön WHO:n Terveysta kaikille – ohjelma. Ohjelma sisältää kahdeksan päätavoitetta, joiden saavuttaminen edellyttää, että terveys otetaan valintoja ohjaavaksi periaatteeksi kaikilla kuntien ja valtion tehtäväalueilla, yksityissektoreilla sekä ihmisten omassa toiminnassa. (Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut 2012 a.)

Terveys 2015 kansanterveysohjelman taustoissa puhutaan nykykuorten terveydellisistä ongelmista. Oppimisvaikeudet ovat merkittävä ongelmaryhmä. Ylipainoisuus, syömishäiriöt ja psykosomaattiset oireet ovat myös lisääntyneet. Nuoret aloittavat tupakoinnin ja alkoholikokeilut entistä aikaisemmin. Myös huumeiden kokeilu on yleistynyt. Riippuvuutta aiheuttavat aineet ovat terveysriski lyhyellä aikavälillä sekä myöhemmin aikuisiällä. Muutoksia voidaan odottaa vain, jos huumeiden ja alkoholin käyttöön ja niihin liittyviin asenteisiin saadaan muutoksia. Sosiaalisesti ongelmallisessa ympäristössä on suurempi riski, että oireet ja epäterveelliset elämäntavat kehittyvät nuorella pysyväksi. Edellytyksiä kuorten terveydelle ovat muun muassa kuorten omaehtoisten harrastus-, liikunta- ja kulttuurimahdollisuuksien tukeminen ja eri tahojen yhteistyö kuorten koulutuksellisen syrjäytymisen ja huonon terveyden noidankehän murtamiseksi. (Valtioneuvoston periaatepäätös Terveys 2015 –kansanterveysohjelmasta 2001, 23-24.)

Tässä ohjelmassa valtioneuvosto korostaa kahta toimintasuuntaa:

1. Koulujen sekä muiden oppilaitosten, sosiaali- ja terveydenhuollon, kuntien liikunta- ja nuorisotoimen, järjestöjen ja tiedotusvälineiden yhteistoimintaa lisätään. Kehittämällä tukitoimia, lisäämällä elämänhallinta- ja terveystietoutta ja vaikuttamalla liikuntatottumuksiin pyritään vähentämään koulutuksellista ja huonoa terveyttä.

2. Kehitetään yhteistyötä kunnissa eri viranomaisten, järjestöjen, koulujen, elinkeinoelämän, vanhempien ja nuorten itsensä kanssa. Yhteistyöllä pyritään vähentämään alkoholin käyttöä ja huumeiden kokeilua. (Valtioneuvoston periaatepäättös Terveys 2015 –kansanterveysohjelmasta 2001, 23-24.)

Edellä mainittuun Terveys 2015- kansanterveysohjelmaan on tehty ohjaavuuden, toimeenpanon ja sisällön arviointi vuonna 2007. Tutkimusta valittiin arvioimaan mahdollisimman kattavasti asiantuntijoita ja edustajia eri organisaatioista. Edustettuina olivat lääninhallitukset, Suomen Kuntaliitto, Stakes, Kansanterveyslaitos ja järjestöt. Kansanterveyden neuvottelukunnan paikallistoiminnan jaoston haastattelun kautta olivat lisäksi edustettuina ammattiliitot, sosiaali- ja terveysministeriö ja Työterveyslaitos. Asiantuntijat arvioivat että edellisessä kappaleessa mainitut valtioneuvoston korostamat kaksi toimintasuuntaa ovat ajantasalla. (Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskuksen www-sivut 2012.)

## 6 SYRJÄYTYMISEN EHKÄISYN TOIMENPIDEOHJELMA

Sosiaali- ja terveysministeriöllä on vireillä toimenpideohjelma (Syrjäytymistä, köyhyyttä ja terveysongelmia vähentävä poikkihallinnollinen toimenpideohjelma), jonka tarkoituksena on vähentää syrjäytymistä, köyhyyttä ja terveysongelmia. Ohjelmassa on seitsemän pääteemaa, joista teema viisi koskee lasten ja nuorten syrjäytymisen vähentämistä. Tavoitteena on turvata nuorille tarvittavat tukitoimet, jotta siirtyminen koulutukseen ja työelämään onnistuu sekä parantaa peruskoulun mahdollisuuksia vähentää terveyseroja. Lisäksi tavoitteena on edistää toisen asteen ammatillisessa koulutuksessa olevien nuorten terveyttä ja hyvinvointia, vahvistaa etsivän nuorisotyön ja työpajatoiminnan yhteistyötä toisen asteen koulutuksen kanssa sekä katkaista sukupolvelta toiselle periytyvä köyhyys ja syrjäytyminen. Ohjelmassa on suunnitelma, mitä toimenpiteitä tarvitaan, jotta päästäisiin tavoitteeseen. Toimenpiteitä ovat nuorten osallisuuden lisääminen päätöksentekoon, lain säätäminen peruskoulun ja toisen asteen oppilaskunnista, hallinnonalojen välisen

yhteistyön ja työnjaon vahvistaminen lapsi- ja nuorisopolitiikan kehittämisohjelmalla, lain säätäminen varhaiskasvatuksesta, sekä varhaiskasvatuksen yhteistyön tiivistäminen sosiaali- ja terveydenhuollon kanssa. (Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut 2012 b.)

Lastensuojelulaitoksissa pyritään turvaamaan lapsen ja nuoren tasapainoinen kehitys ja hyvinvointi. Tätä ohjaa lait ja asetukset, jonka mukaan lapsella on oikeus turvalliseen ja virikkeitä antavaan kasvuympäristöön, tasapainoiseen ja monipuoliseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun. Lapsella ja nuorella on myös oikeus hyvään hoitoon ja kasvatukseen, jossa huomioidaan ikä ja kehitystaso. (Sosiaaliportin www-sivut 2013.)

Edellä mainitussa syrjäytymisen ehkäisyn toimenpideohjelmassa puhutaan nuorten osallisuuden lisäämisestä päätöksentekoon. Lastensuojelulaitoksissa lapsen ja nuoren kuuleminen on tärkeää. Lasta tulee kuulla ja hänen näkemyksiään tulee huomioida lapsen elämää koskevissa asioissa. Kun lasten ja nuorten yhteiskunnallinen osallisuus toteutuu ja lisääntyy, he voivat kokea olevansa tärkeitä kansalaisia, joilla on myös oikeuksia velvollisuuksien rinnalla. (Sosiaaliportin www-sivut 2013.)

## 7 LASTENSUOJELU

Lastensuojelu jakaantuu ehkäisevään lastensuojeluun sekä lapsi- ja perhekohtaiseen lastensuojeluun. Ehkäisevää lastensuojelutyötä tehdään kunnan peruspalveluissa, kuten neuvoloissa, terveydenhuollossa, päivähoidoissa, perhekeskuksissa ja opetuksessa sekä nuorisotyössä. Näissä palveluissa lapsille ja nuorille annetaan erityistä tukea. Ehkäisevää lastensuojelutyötä tehdään myös aikuisille suunnatuissa palveluissa, kuten esimerkiksi mielenterveys- ja päihdepalveluissa. Siellä arvioidaan vanhemman kyky huolehtia lapsesta, sekä selvitetään lapsen hoidon ja tuen tarve. (Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut 2012 c.)

Lastensuojelun asiakkuus alkaa kun on tehty päätös lastensuojelutarpeen selvityksen tekemisestä tai on ryhdytty kiireellisiin lastensuojelutoimenpiteisiin. Tarvittavat lastensuojelutoimenpiteet arvioidaan jokaisen lapsen kohdalla erikseen. Mahdollisia toimenpiteitä ovat avohuollon tukitoimet, kiireellinen sijoitus, huostaanotto ja sijaishuolto. Lapsen täyttäessä 18 vuotta hänellä on mahdollisuus siirtyä jälkihuoltoon. Jokaisella lapsella ja nuorella on oma nimetty sosiaalityöntekijä. (Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut 2012 c.)

## 7.1 Lastensuojelulaki

Lastensuojelulaki (13.4.2007/417) jakautuu yleiseen ja erityiseen osaan. Lain tarkoituksena on turvata kaikkien lasten oikeus turvalliseen kasvuympäristöön, monipuoliseen ja tasapainoiseen kehitykseen sekä erityiseen suojeluun. Laissa käsitellään lastensuojelun keskeisiä periaatteita, lapsen ja nuoren mielipiteitä sekä heidän hyvinvointinsa edistämistä ja tukemista. Laissa selvitetään myös lastensuojelun järjestäminen sekä eri tahojen, kuten kunnan, terveydenhuollon ja sosiaalityöntekijän toimia lastensuojeluun liittyvissä asioissa. (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417, Bardy 2009, 39.)

Lastensuojelulaissa kerrotaan lapsen mielipiteen kuulemisesta ja puhevallan käytöstä sekä mahdollisen edunvalvojan määrittämisestä, kuten myös lastensuojeluasiakkuuden alkamisesta ja ilmoitusvelvollisuudesta. Laki sisältää määräykset lapsen tapaamisesta, asiakassuunnitelmasta, verkoston kartoittamisesta, tukitoimista sekä avohuollon roolista sijoituksessa. (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.)

Laki määrää lapsen kiireellisestä sijoituksesta ja sen loppumisesta, huostaanotosta sekä sijais- että laitoshuollosta ja lapselle vaadittavista kasvu- ja elinoloista. Myös erilaiset rajoitukset koskien esimerkiksi yhteydenpitoa, aineiden ja esineiden haltuunottoa sekä kiinnipitoa kuuluvat lastensuojelulakiin, samoin kuin jälkihuollon asiat ja oikeudet sekä lapsen hoidon valvonta. (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.)

Tärkeimpiä lastensuojelulaitoksessa työskentelyyn liittyviä lakeja ovat lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistäminen, tuki koulunkäyntiin, vastuu lapsen edun turvaamisesta, kasvuolot ja toimitilat ja erityinen huolenpito. Nämä käsittelevät lapsen elämistä laitoksessa ja näillä turvataan lapselle normaali ja turvallinen kasvuympäristö sekä tasainen arki ja tuki. (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.)

## 7.2 Lastensuojelulaitos

Lastensuojelulaitos käsittää eri laitoksia, joita ovat lain mukaan lastenkodit, nuorisokodit ja koulukodit, mutta näihin usein lasketaan myös vastaanottokodit ja perhetukikeskukset. Lastensuojelulaitoksessa työskentelee koulutettuja työntekijöitä, joita useimmiten ovat sosionomit, sairaanhoitajat tai lähihoitajat. Työntekijöiden työnä on pitää huolta sijoitetuista lapsista ja nuorista. Eri lastensuojelulaitokset ovat usein erikoistuneet hoitamaan joko pieniä lapsia, nuoria tai erityishoitoa tarvitsevia lapsia ja nuoria. Usein lastensuojelulaitokseen tuleva lapsi tai nuori on ollut jo esimerkiksi sijaisperheessä, mutta ei ole pärjännyt siellä esimerkiksi väkivaltaisuutensa tai päihteidenkäyttönsä takia. Laitosten pitää toiminnassaan noudattaa lakeja ja niiden toimintaa valvotaan. (Lastensuojelu.info:n www-sivut 2012.)

Lastensuojelulain (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417) mukaan lastensuojelulaitoksessa on oltava riittävät toimitilat lapsille ja nuorille. Tämä tarkoittaa sitä, että laitoksessa asuvalla lapsella on mahdollisuus riittävään yksityisyyteen. Laitoksessa on lisäksi oltava yhteiseen käyttöön tarkoitettut tilat. Lastensuojelulaitoksessa pyritään mahdollisimman normaaliin ympäristöön, tilavaan ja kodinomaiseen asumiseen. Lastensuojelulaitoksessa voi olla yksi tai useampi asuinyksikkö. Asuinyksikössä saa kuitenkin asua enintään seitsemän lasta tai nuorta kerrallaan ja samassa rakennusryhmässä enintään 24. (Lastensuojelulaki 13.4.2007/417.)

Tärkeä osa joka vaikuttaa nuorten hyvinvointiin on talossa työskentelevien aikuisten hyvinvointi. Juuri tätä asiaa tutki Katja Reinikainen Pro gradu työssään Työhyvinvointia tukevat voimavarat lastensuojelutyössä. Hän valitsi eräästä lastensuojelulaitoksesta kahdeksan kokenutta työntekijää haastatteluun.

Haastattelussa kyseltiin organisaatiosta, ryhmähengestä tiimissä, henkilöstä itsestään, esimiestoiminnasta ja työstä. (Reinikainen 2012, 20, 24.) Tuloksina paljastui että työntekijät kokivat työpaikan turvalliseksi, hyväksi ja toimivaksi. Turvallisuuden tunnetta lisäsi henkilöturva- ja valvontalaitteet sekä se, että ei tarvitse työskennellä yksin (Reinikainen 2012, 39). Tutkittavassa lastensuojelulaitoksessa asuu vaikeasti oirelevia ja moniongelmaisia nuoria. Siellä työntekijät kokivat tiiviin ryhmähengen työntekijöiden kesken isona voimavarana. (Reinikainen 2012, 44.) Voimavaroina pidettiin myös hyvää oman elämän hallintaa sekä hyvää esimiestyötä. Tulosten mukaan työhyvinvointia tukee esimiehen ja työntekijän välisen vuorovaikutuksen avoimuus. Työntekijät kokivat, että esimiehet ovat helposti lähestyttäviä ja pitivät erittäin suurena voimavarna sitä, että työntekijät kokevat tulevansa kuulluksi. (Reinikainen 2012, 51.)

### 7.3 Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmen OY

Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmen OY on yksityinen lastensuojelulaitos Ulvilan Kullaalla, joka on aloittanut toimintansa vuonna 2000. Siellä hoidetaan, kasvatetaan ja ohjataan n. 10-18-vuotiaita, sijoitettuja lapsia ja nuoria moniammatillisin menetelmin. Mesikämmenessä on kaksi 5-paikkaista asuinyksikköä ”Otso” ja ”Kontio”. Jokaisella lapsella ja nuorella on oma huone. Molemmissa asuinyksiköissä on omat keittiöt, wc:t, pesu- ja oleskelutilat. Yksiköiden välissä sijaitsee ohjaajien toimisto. Mesikämmenessä lasten arki koostuu arjen asioista ja askareista, kuten koulunkäynnistä, harrastuksista ja vapaa-ajasta. Mesikämmenessä tehdään myös vuosittain erilaisia retkiä. Mesikämmenellä on myös kolme jälkihuollolle tarkoitettua asuntoa, joista kaksi sijaitsee Mesikämmenen pihapiirissä ja yksi Porissa. Jälkihuolto on tarkoitettu 18-21-vuotiaille nuorille, jotka vielä tarvitsevat enemmän tai vähemmän tukea arjen asioissa. Mesikämmenen pihapiirissä toimii Ulvilan kaupungin koulutoimen alainen koululuokka. Luokassa työskentelee Ulvilan kaupungin opettaja ja luokka-avustaja. Mesikämmenen koululuokassa tavoitteena on, että lapsi opiskelee todellisten tietojensa ja taitojensa mukaan. Koulussa otetaan huomioon jokaisen lapsen tilanne, tausta ja sosiaaliset sekä kognitiiviset taidot. Pidemmän aikavälin tavoitteena on oppilaan suoriutuminen

peruskoulusta siten, että hän saavuttaa haluamansa jatkokoulutuspaikan. (Lastensuojelulaitos ja sijaishoti Mesikämmenen www-sivut 2012.)

## 8 LASTENSUOJELUASIAKKUUS

Perinteinen käsitys on, että poikien osuus huostaanotetuista ja sijoitetuista lapsista on suurempi kuin tyttöjen. Kuitenkin oikeuspoliittisen tutkimuslaitoksen mukaan näin ei olekaan, vaan nuorten tyttöjen huostaanotto on kasvanut selvästi viime vuosien aikana. Tutkimuksen kohderyhmänä olivat lapset ikähaarukaltaan muutamasta kuukaudesta 17 vuotta täyttäneisiin ja joka ikäluokassa tyttöjen huostaanottolukumäärä oli suurempi kuin poikien. Eniten huostaanottoja tapahtuu teini-iässä, n. 14-15 vuotiaina. (de Godzinsky 2012, 53-54.)

Huumeiden käyttö on lisääntynyt Suomessa 1990-luvun aikana selvästi ja tämä on alkanut näkyä myös lastensuojelussa. Nykyään valtaosa huumeidenkäyttäjistä on nuoria, mutta myös huumeita käyttäviä vanhempia esiintyy. Huumevanhempien kanssa eläneet lapset ovat kokeneet paljon turvattomuutta, huolenpidon puutteita, heitteillejättöä ja perheväkivaltaa ja näin ollen tulevat sijoitetuksi. Myös edellä mainittu lapsen/nuoren oma huumeongelma ajaa lapsen sijoitukseen. (Hyytinen 2006, 15, 74.)

Pahoinpitely kotiloissa on nykyään syynä isossa osassa sijoituksissa. Lapsi tai nuori kokee kotona esimerkiksi lyömistä, potkimista, aseella uhkaamista ja henkistä pahoinpitelyä. Yleisesti uskotaan kotiväkivallan muuttuneen viime aikoina entistä raaemmaksi. Kotona tapahtuvalla väkivallalla voi olla vakavat seuraukset nuoren elämässä. Seuraukset ilmenevät muun muassa aggressiivisuutena, sosiaalisen sietokyvyn laskuna, masennuksena, persoonallisuuden häiriöinä ja pelkoina. Nämä ongelmat vaativat vuosien hoitoa, eivätkä välttämättä koskaan katoa. (Forsberg 2002, 22-23.)



Muita syitä huostaanottoon ja lastensuojeluasiakkuuteen on nuoren ongelmainen käytös, joka käsittää mm. varastelua, vandalismia, päihteiden käyttöä ja kouluvaikeuksia (Pekkarinen 2010, 143-144). Huostaanottoon voivat johtaa myös kasvuolosuhteiden ja huolenpidon puutteet, jotka uhkaavat vaarantaa lapsen terveyttä tai kehitystä. (de Godzinsky 2012, 58-59.)

Lapsen huoltosuhde määräytyy syntymän perusteella ja yleensä huoltajina toimivat vanhemmat tai toinen heistä. Tämän lisäksi voidaan tuomioistuimen päätöksellä lapsen huoltajuus uskoa vanhempien sijasta tai ohella yhdelle tai useammalle henkilölle. Tällöin puhutaan sijais- tai oheishuoltajista. (de Godzinsky 2012, 54-55.)

### 8.1 Mesikämmenen nuorten taustoja

Pääasiallisesti Mesikämmeneen sijoitetut lapset ovat huostaanotettuja, tai poikkeuksellisesti avohuollon tukitoimena sijoitettuja. (Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmenen laatukäsikirja 2012, 6.)

Mesikämmeneen sijoitetuilla lapsilla on useasti koulunkäyntivaikeuksia, jotka ilmenevät esimerkiksi koulupinnauksena, keskittymiskyvyn vaikeutena, oppimisvaikeuksia, koulukiusaamisena tai kiusatuksi tulemisena ja aggressiivisuutena. Epäsosiaalista käyttäytymistä, mikä näkyy esimerkiksi rikollisena toimintana, päihteiden käyttönä ja myös aggressiivisuutena. Auktoriteettien vastustamista, jolloin lapsen ja nuoren on vaikeaa tulla toimeen perheensä ja lähiympäristönsä kanssa. Psykiatrista oireilua, jolloin lapsella ja nuorella on mahdollisesti takana hoitajaksoja psykiatrisilla osastoilla esimerkiksi masentuneisuuden, itsetuhoisuuden tai persoonallisuuden rakentamattomuuden vuoksi. Älyllistä rajoittuneisuutta, jolloin he tarvitsevat enemmän tukea arkipäivän asioissa. Vanhemmuuden puutteesta johtuvaa turvattomuutta, joka on mahdollisesti jo varhaislapsuuden aikaisten traumaattisten kokemusten tulos. (Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmenen laatukäsikirja 2012, 7.)

## 8.2 Nuoren elämä lastensuojeluasiakkuuden jälkeen

Elämä lastensuojeluasiakkuuden jälkeen on sellainen, millaisen siitä on itse rakentanut ja millaiset eväät on lapsuudesta ja sijaishuollosta siihen saanut. Tarinoita löytyy monenlaisia laidasta laitaan. Osalla on onnellinen loppu, osalla taas ei. Aikuistuva nuori kohtaa erilaisia haasteita lähtiessään lastensuojelulaitoksesta tai sijaishuollosta. Jokaisella on omat taustat, jotka vaikuttavat tulevaan elämään. Nuori kohtaa haasteita niin taloudellisissa asioissa kuin tunneasioissakin. (Ketola 2008, 107-111.)

Tällä hetkellä on käynnissä ensimmäinen tutkimus, jossa seurataan lasten elämäntaivalta huostaanoton jälkeen. Tutkijoina toimivat Tampereen yliopiston sosiaalityön professori Tarja Pösö sekä tutkija Tuija Eronen. Heidän mukaansa huostaanotettujen lasten elämäntilanne on viiden vuoden kuluttua huostaanoton päättymisestä lähes poikkeuksetta parempi kuin silloin, kun heidät otettiin huostaan. Monet nuoret aikuiset pärjäävät eli ovat töissä tai koulussa. Toisaalta tutkimuksessa ilmenee ikäviäkin yllätyksiä, kuten nuoria, jotka ovat viiden vuoden aikana kuolleet tai joiden läheiset ovat kuolleet. Usein kuolemansyy on ollut väkivaltainen. (Lankinen 2011.)

Puhuttaessa useista nuorista ei löydy vain yhdenlaista tulevaisuutta, vaan tulevaisuuden kirjo on yksilökohtainen ja vaihtelevainen. Nuoren lähtiessä lastensuojelulaitoksesta on muutto hyvin kriittistä aikaa ja siihen pitäisikin panostaa hyvin paljon. Yksi tärkeä asia nuoren pärjäämisessä tulevaisuudessa ja tulevaisuuden vahvan pohjan luomisessa on ammattiopintojen aloittaminen ja opintojen vieminen loppuun asti. (Lamminen, S. 2012.)

Mesikämmenestä muuttaneista nuorista suurin osa pärjää keskiverroksi. He ovat joko töissä, työttömänä tai koulussa. Muutama nuori on onnistunut todella hyvin. Heillä on ammatti ja perhe, he maksavat veroja ja elävät ”kuin kunnon kansalaiset”. Joukkoon tietysti mahtuu aina myös muutama, joka ei ole pärjännyt elämässä; löytyy yksi menehtyminen sekä muutama huostaanotto. Yksi Mesikämmenestä pois muuttanut nuori kiteytti asian hienosti: ”Ei Mesikämmenkään ole mikään

ihmepaikka, vaan nuoren pitää itse tehdä oma tulevaisuutensa ja osata ottaa kaikki mahdollinen apu ja tuki vastaan.” (Lamminen, S. 2012.)

## 9 OPINNÄYTETYÖN SUUNNITTELU

Aloitin työt Mesikämmenessä pari vuotta sitten ja silloin jo tiesin, että haluan tehdä opinnäytetyöni sinne. Olen myöskin liikunnallinen ihminen, joten päätin jo ennen kuin aloin edes kirjoittaa, että opinnäytetyöni tulee jollain tavalla koskettaa liikuntaa. Töissä ollessa huomasin, kuinka tietyt nuoret viihtyivät enemmän keskenään kuin toiset.

Suunnitelmani oli kirjoittaa opinnäytetyön teoriaosuutta syyskuun – joulukuun aikana 2012. Samaan aikaan suunnittelin myös liikuntatunnit, jotka oli määrä toteuttaa työn ohessa sopivana ajankohtana. Tarkoituksena oli toteuttaa seinäkiipeily marraskuussa 2012 ja salibandy joulukuussa 2012. Pyrin keräämään nuorilta palautetta liikunnan ohessa tai myöhemmin sen jälkeen. Raportti oli määrä kirjoittaa heti tuntien ja palautteiden jälkeen. Opinnäytetyö oli tarkoitus raportoida tammikuussa 2013.

Teoriaosaan suunnittelin käyttäväni suurimman osan ajasta ja tuntien suunnittelemiseen ja toteutukseen loput. Liitteenä tarkempi selvitys suunnitelluista tunneista.

### 9.1 Liikuntatuntien suunnittelu

Tarkoituksena oli järjestää kaksi erillistä kertaa liikunnan merkeissä. Toinen liikuntatunti oli seinäkiipeilyä ohjattuna, jolloin yksi nuori kerrallaan kiipeää ja muut katsovat ja kannustavat. Toinen tunti oli salibandya, jolloin nuoret pelaavat yhdessä ja luottavat toisiinsa. Molempien kertojen pituus oli yksi tunti ja tunneille pyrin saamaan 5-7 nuorta.

Liikunta tuo virikkeitä, vaihtelua, uusia kokemuksia, ystäviä ja uusia mahdollisuuksia. Liikunta yksin ja ryhmässä voi tuottaa myönteisiä elämyksiä niin onnistumisen kuin itsensä ylittämisen kokemuksina. Ryhmässä liikkuminen tuo piristystä, iloa ja uusia elämyksiä, se myös luo uusia sosiaalisia kontakteja. Kun nuori pelaa, juoksee tai esimerkiksi tanssii muiden kanssa, hän kokee kuuluvansa tiettyyn ryhmään. Yhteenkuuluvuuden tunne on tärkeää ihmisen mielen hyvinvoinnille. Monelle ryhmä ja ystävät on merkittävä motiivi liikumiseen. ( Terve koululainen www-sivut 2012.)

Valitsin nämä toiminnot, koska ne eroavat toisistaan ja molemmissa toiminnoissa voidaan havaita erilaista yhteistyötä nuorten kesken. Seinäkiipeilyssä tavoitteena on, että yhden nuoren kiivetessä muut kannustavat pääsemään aina vähän pidemmälle. He myös iloitsisivat toisten onnistumisista, joten näin ollen ryhmän yhteishenki paranisi ja myös nuoren oma itseluottamus kehittyisi. Salibandyssä tavoitteena on nuorten yhteen pelaaminen. He joutuisivat toimimaan joukkueena ja näin ollen luottamaan toisiinsa. Onnistumisten myötä esimerkiksi maalin teossa muiden nuorten iloitseminen oman joukkueen puolesta kohottaa yhteishenkeä ja onnistuneen teon tehneen nuoren itsetuntoa.

Miettiessäni lajeja olin varma, että haluan toiseksi tunniksi yksilölajin ja toiseksi ryhmässä tapahtuvan. Seinäkiipeilyyn oli helppo päätyä, koska toimin itse varmistajana ja näin ollen pääsen olemaan isona osana tuntia nuorten keskuudessa. Silloin näen heidän reaktionsa ja pystyn kannustamaan eri tavalla, kun olen itse se henkilö keneen he turvautuvat. Toinen laji eli salibandy kehkeytyi ajan kanssa. Suunnitteilla oli erilaisia liikuntalajeja, kuten esimerkiksi jääkiekkoa ja isolla jumppapallolla pelattavaa jalkapalloa ja salibandyä. Tavallinen salibandy tuntui kuitenkin hyvältä ratkaisulta ja se oli helppo järjestää. Laji oli myös nuorille tuttu.

Ajankohtaa en suunnitellut kovin tarkasti. Olen töissä kyseisessä lastensuojelulaitoksessa, joten ajattelin järjestää tunnit tiettyjen kuukausien sisällä töiden sallimien mahdollisuuksien mukaan. Salibandyyn tarvittavat välineet tiesin järjestävän Mesikämmenestä sekä tarvittavat maalit Porin Lyseon koululta, josta Mesikämmenen toimitusjohtaja vuokrasi meille tilan. Seinäkiipeilyssä tiesin, että

saan itse järjestettyä välineet ja ajankohdan liikuntakeskus Porihalli Sport Clubilta, joten nämä eivät tuottaneet ongelmaa.

## 9.2 Arviointisuunnitelma

Alussa pyysin luvan työnantajilta tähän opinnäytetyöhön. Sain suostumuksen ja vapaat kädet toteuttaa opinnäytetyöni. Mesikämmenestä myös luvattiin ottaa osaa mahdollisiin kuluihin, joita näistä voi tulla. Työn valmistuessa oli tarkoitus saada työnantajiltani palaute suullisena.

Nuorilta en halunnut pyytää palautetta kirjallisena, vaan halusin heiltä suullista kommentointia toiminnan hetkellä sekä sen jälkeen. En halunnut tehdä tilanteesta liian virallisen oloista, vaan sellaisen että nuoret pystyvät nauttimaan siitä ja ajattelevat että tämä on heitä varten järjestetty eikä minun työtäni varten. Uskoin myös, että pystyn paljon lukemaan nuorten kasvoilta, ilmeistä ja eleistä toiminnan aikana, joten sitä kautta sain palautetta ilman sanoja.

## 10 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Tarkoitukseni oli kirjoittaa opinnäytetyötä syys – joulukuussa 2012, mutta aloitin kirjottamista jo elokuun puolella, ja jatkoin vielä maaliskuulle 2013. Kirjoitusprosessi eteni melko huolettomasti omalla painollaan. Kirjoitin joka viikko tasaisin väliajoin aina kun töiltäni ehdin. Aloitin prosessin etsimällä materiaalia teoriaosuuteen. Valitsin aina yhden aiheen kerrallaan josta kirjoitin, sitten vasta siirryin toiseen. Kirjoitusprosessin myötä tietysti aina täydensin ja muokkasinkin jo kirjoitettua tekstiä. Kirjoitin ensin teoriaosuutta, ennekuin aloin suunnitella tunteja. Teoriaosuuden kirjoittaminen vei hieman enemmän tunteja kuin mitä olin suunnitellut. Liitteenä tarkempi selvitys toteutuneista tunneista. Suunnitteluseminaarini pidin 26.11.2012.

Tuntien suunnittelu tapahtui paljolti työajalla työn ohessa, mutta myös vapaa-ajalla. Kerroin työnantajalleni suunnittelemani tunnit ja hän lupasi auttaa tarvittaessa. Varasin itse Porihallilta kiipeilyseinän sellaiseen aikaan joka sopi Mesikämmenen aikatauluihin. Työnantajani varasi sekä maksoi Porin Lyseon liikuntasalista vuoron, joka sopi minun ja talon menoihin. Tuntien suunnitteluun käytettyä aikaa oli välillä vaikea arvioida koska sitä tuli tehtyä huomaamattaan työn ohessa työajalla.

Tuntien pitäminen sujui luontevasti nuorten kanssa. En tuonut liikaa esille sitä asiaa, että tämä tehdään minun opinnäytetyöni takia koska halusin, että nuoret voivat olla liikumassa omana itsenään ja saavat siitä mahdollisimman positiivisen kokemuksen.

Kirjoitin opinnäytetyöni loppuun maaliskuun 2013 alussa. Tällöin viimeistelin tekstiä sekä hioin ja järjestelin sen sisältöä ohjaavan opettajan avustuksella.

Raportoin opinnäytetyöni 14.3.2013 ja luovutan valmiin työn tilaajalle huhtikuun loppuun mennessä.

## 11 LIIKUNTATUNNIT

Tässä kappaleessa kerron järjestämistäni kahdesta liikuntatunnista, seinäkiipeilystä ja salibandystä. Kerron tuntien sisällöstä, kestosta ja nuorten tuntemuksista. Mukana on myös kuvat liikuntatunneilta.

### 11.1 Seinäkiipeilyä Porihallissa

Ensimmäisenä liikuntatuntina oli seinäkiipeily. Tunti pidettiin 20.11.2012 klo 16.00 – 17.00 liikuntakeskus Porihallissa. Saavuin paikalle viiden nuoren kanssa ja mukanamme oli myös toinen ohjaaja Mesikämmenestä. Nuorten vaihtaessa vaatteita laitoin kiipeilyseinän kuntoon. Avasin köydet, tein solmut sekä laitoin esille kengät ja valjaat. Nuorten saapuessa seinälle kerroin säännöt ja ohjeistin valjaiden pukemisessa.

Nuoret kiipesivät yksitellen useaan otteeseen. Porihallilla on kolme erilaista ja eri vaikeustasoista reittiä seinillä. Aloitimme helpoimmasta ja etenimme vaikeimpaan. Kaikki nuoret kiipesivät omien taitojensa mukaan ja joka kerralla he kiipesivät aina hieman ylemmäs. Nuoret kiipesivät innolla. Mukana oli myös yksi nuori, joka ei pidä urheilusta ja liikunnasta. Hän ei yleensä osallistu yhteisiin järjestettyihin liikuntatuokioihin. Kiipeilemään mennessämme en puhunut liikunnasta tai urheilusta, vaan kiipeilystä ja yllättäen tämä nuori oli innokkain kiipeilijä. Hän, kuten muutkin, suoriutui hienosti ja innostui tästä lajista. Nuoret kiipesivät tunnin ajan. Tunnin loppuvaiheilla alkoi jo väsymys näkyä, kuten usein kiipeilyssä käy. Lopetettuamme kiipeilyn yhdessä laitoimme valjaat takaisin paikoilleen laatikkoon sekä avasimme solmut köysien päistä. Köydet laitettiin kiinni seinään, jonka jälkeen yhdessä laitoimme vielä salibandylaidat paikoilleen, jotka piti ottaa pois seinien edestä ennen kiipeilyä. Nuorilta tuli palautetta kesken tunnin sanallisesti, mutta tuntemuksia pystyi myös lukemaan nuorten eleista ja ilmeistä. Nuorten mukana ollut ohjaaja antoi myös lyhkäisesti vapaamuotoista palautetta tunnin aikana ja jälkeen.

Tämä oli erityinen kokemus nuorten kanssa, sillä toisin kuin odotin, nuoret olivat todella kannustavaisia toisiaan kohtaan. He kannustivat jokaista pääsemään aina vähän ylemmäs sekä hurrasivat toisilleen, kun joku ylitti itsensä. Seuraavalla sivulla kuva 1 seinäkiipeilystä.



Kuva 1

## 11.2 Salibandya Porin Lyseon liikuntasalissa

Toisena liikuntatuntina oli salibandy. Tunti pidettiin 3.12.2012 klo 16.00 – 17.00 Porin Lyseon liikuntasalissa. Saavuimme paikalle 7 nuoren kanssa. Mesikämmenestä oli mukana 2 ohjaajaa. Tulimme Lyseolle hieman ennen klo 16, jolloin huomasimme, että ovet olivat lukossa emmekä päässeet sisälle. Yksi ohjaajistamme sai koulusta työntekijän avaamaan oven meille, joten pääsimme sisälle. Vaihdoimme vaatteet,



jonka jälkeen menimme kaikki yhdessä laittamaan maalit paikoilleen. Valoja sytyttäessämme huomasimme, että ne eivät mene päälle. Varauduimme jo pelaamaan hämärässä, kunnes paikalle saapui uusi koulun työntekijä, joka avasi meille kaapin, josta valot sytytetään.

Nuoret ja ohjaajat toivat mukanaan omat mailat ja pari palloa. Jaoimme yhteistuumin tasavertaiset joukkueet, joihin pelaajia tuli 5 vs 5. Pelasimme tunnin niin sanottuja minipelejä, eli aina kolmeen maaliin asti, jonka jälkeen peli nollaantui. Tunnin lopussa jätimme maalit paikoilleen ja otimme vain omat tavaramme mukaan, koska salin seuraavat käyttäjät jo odottivat vuoroaan.

Tunti sujui hyvin. Suurin osa nuorista oli pelissä hyvin mukana ja he jaksoivat pelata koko tunnin. Parilla nuorella ei meinannut mielenkiinto riittää koko tunniksi, mutta olivat silti mukana ja yrittivät. Seuraavana kuva 2 salibandystä.



Kuva 2

## 12 OPINNÄYTETYÖN ARVIOINTI

Opinnäytetyön kirjoittaminen kohdallani on ollut melko huoletonta. Olen saanut hyvin kirjoitettua tasaiseen tahtiin ilman stressiä. Teoriaosuuden kirjoittaminen venyi noin kahdella kuukaudella siitä mitä olin suunnitellut. Tähän vaikutti työnteko, jonka ohessa opinnäytetyötä kirjoitin. Minulla oli myös muutama tentti ja tehtävä vielä tekemättä, joten välillä piti priorisoida ja laittaa ne edelle. Ajankäyttö sujui melkein suunnitelman mukaan. Kuitenkin teoriaosaan meni hieman enemmän aikaa, kuin mitä olin suunnitellut.

Ensimmäisenä tuntina oli seinäkiipeily, jonka pidin marraskuussa ja toisena liikuntatuntina oli salibandy, jonka pidin joulukuussa. Molemmissa tunneissa oli alussa sama ongelma, avainten poissaolo. Seinäkiipeilemään menessämme olin sopinut, mihin avain jätetään, jotta saan tarvittavat varusteet kaapista. Paikan työntekijä ei kuitenkaan ollut muistanut jättää avainta minulle, vaan jouduin soittamaan perään. Asia hoitui puhelimen välityksellä ja sain avaimen. Melkein sama tilanne tapahtui menessämme pelaamaan salibandyä. Porin Lyseon liikuntasalin ulko-ovet olivatkin lukossa, eikä meillä ollut avainta, koska ovien piti olla auki. Työkaverini löysi koulun alueelta koulun työntekijän, joka lupautui avaamaan ulko-oven, jotta pääsimme sisälle.

Palautetta saadessani oli seinäkiipeily huomattavasti suositumpi. Seinäkiipeilyssä mukana olleet nuoret nauttivat, olivat hyvin mukana ja kysyivät, koska voitaisiin tulla uudestaan. He olivat myös innoissaan, koska olivat ylittäneet itsensä. Salibandyssä nuoret olivat pääsääntöisesti mukana, mutta huomasin, että liikunnallisimmat nuoret nauttivat tästä eniten ja heiltä sain positiivista palautetta. Pari nuorta, ketä ei pelaaminen oikein kiinnostanut sanoivat, etteivät haluaisi uudestaan. Toinen nuorista sanoi syyksi sen, että vanhemmat ja isommat nuoret, ketkä osaavat paremmin pelata, eivät huomioi pienempiä niin hyvin eivätkä syötä palloa niin paljoa.

Opinnäytetyön osalta tunnit olivat tässä, mutta työssäni haluan jatkaa nuorten liikuttamista ja siltä osin viedä asiaa eteenpäin. Sopivan tilanteen sattuessa aion viedä nuoria vielä uudestaan kiipeilemään.

Jos pitäisi aloittaa projekti alusta, pitäisin varmasti kiipeilyn ennallaan, mutta vaihtaisin salibandyn tilalle jotain muuta. Kehittelisin jonkin erilaisen ryhmäliikunta tunnin, jossa kaikki olisivat enemmän samanarvoisessa tilanteessa taitojensa kanssa. Esimerkiksi muuttaisin salibandyn muotoa vähän esimerkiksi vaihtamalla pallon isompaan, jolloin ns. hyvien pelaajien pelaaminen ja temppuilu vaikeutuisi. Nuorten antamassa palautteessa nousi myös esille vaihtelevuus ja eri lajit joita he toivoisivat pelattavan.

Mesikämmissä jatketaan nuorten liikuttamista ainakin kerran viikossa. Tällä hetkellä jatketaan salibandyllä kerran viikossa joka maanantai. Myöhemmin mahdollisesti mietitään jotain muita lajeja.

Tällä työllä tavoiteltiin yhteisöllisyyden paranemista. Sitä on kuitenkin vaikea arvioida vain kahden tunnin jälkeen. Yhteisöllisyyden paraneminen on pidempi prosessi ja se vaatii yhteisten liikuntakokemusten jatkumista. Hienoa kuitenkin oli huomata miten muutama nuori innostui täysin heille uudesta lajista, seinäkiipeilystä.

Mielestäni sain todella hyvin ohjausta. Ohjaus tapahtui pääosin sähköpostin välityksellä, mikä sopi minulle oikein hyvin. Ohjaus oli joustavaa ja minun aikatauluini sopivaa. Ohjaajan neuvoja oli helppo ymmärtää ja niistä sai loogisesti rakennettua lisää tekstiä.

Opinnäytetyötä kirjoittaessani huomasin, kuinka hankalaa oli jäsenellä kappaleita oikeisiin kohtiin, sekä keksiä kappaleille oikeanlaiset otsikot. Jos nyt aloittaisin tekemään opinnäytetyötä, tutustuisin enemmän aikaisemmin kirjoitettuihin opinnäytetöihin ja ottaisin sieltä itselleni vinkkiä tekstin jäsentelyyn. Myös tekstin pitäminen raameissa oli välillä hankalaa. Kirjoitin joitain asioita liian pitkälti, vaikka olisi riittänyt lyhyt ja ytimekäs kerronta. Aiheessa oli myös oma hankaluutensa. Iso osa kirjallisuudesta oli jo vanhentunut ja päivitettyä tietoa ei ollut niin paljoa saatavilla. Yksi ehkä suurin asia, minkä tästä prosessista opin oli stressittömyys.

Toisena vuonna, kun alettiin puhua opinnäytetyöstä, sitä alkoi pohtia ja stressata liikaa. Kun aloin kirjoittaa otin itselleni tavoitteen, mihin mennessä saisin opinnäytetyön kirjoitettua, mutta en pitänyt sitä kuitenkaan pahana, vaikka kirjoitusprosessi vähän venyisi. Päätin myös, että kirjoitan silloin, kun siltä tuntuu ja se sopii aikatauluun. En ottanut välitavoitteita, vaan annoin työn edetä omalla painollaan. Tähän auttoi paljon ohjaavan opettajan paneutuminen työhöni silloin, kun sitä tarvitsin.

Tämä opinnäytetyö on ollut hyödyllinen juuri nykyisen työpaikkani ja luultavasti myös tulevaisuuteni kannalta, sillä lastensuojelu on se ala, johon haluan suuntautua. Kirjoittaessani otin selvää lakipykälästä, nuorten taustoista sekä Mesikämmeneen liittyvistä asioista. Tämä työ on myös lähentänyt minua nuorten kanssa, joka on mielestäni tärkeää työpaikkaa ja nuoria ajatellen.

## LÄHTEET

*Aalto-korkeakoulusäätiön www-sivut. 2010. Viitattu 1.11.2012.*  
<http://www.turvallinenkaupunki.fi>

*Bardy, M. 2009. Lastensuojelun ytimissä. Helsinki: Yliopistopaino Oy*

*de Godzinsky, V. 2012. Huostaanottoasiat hallinto-oikeuksissa. Tutkimus tahdonvastaisten huostaanottojen päätöksentekomenettelystä. Helsinki: Hakapaino Oy*

*Forsberg, H. 2002. Lasten asiakkuudet ja kokemukset turvakodissa. Helsinki: Nykypaino Oy*

*Hyytinen, R. 2006. Lapsi, huumeperhe ja toivo. Lapsen todellustimnen huumeperheen kuntoutusprosessissa. Helsinki: Pekan Offset Oy*

*Ketola, J. 2008. Menetyksistä mahdollisuuksiin. Jyväskylä: PS-kustannus.*

*Kyöstilä, N. 2012. Epäsosiaalinen ympäristö johtaa syrjäytymiseen. Helsingin Sanomat 5.11.2012. Viitattu 14.12.2012. <http://www.hs.fi>*

*Lamminen, S. 2012. Kasvatus- ja hoitotyön johtaja. Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmen Oy. Kullaa. Henkilökohtainen haastattelu 13.12.2012. Haastattelijana Mari Ranta. Muistiinpanot haastattelijan hallussa.*

*Lankinen, T. 2011. Huostaanotetut lapset pärjäävät elämässään yllättävän hyvin. Tampereen yliopiston tiede- ja kulttuurilehti. Viitattu 26.11.2012.*  
<http://aikalainen.uta.fi>

*Lastensuojelu.info:n www-sivut 2012. Viitattu 28.9.2012.*  
<https://www.lastensuojelu.info.fi>

*Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmen laatukäsikirja. 2012.*

*Lastensuojelulaitos ja sijaiskoti Mesikämmen www-sivut. 2012. Viitattu 28.9.2012.*  
<http://mesikammen.kotisivukone.com>

*Lastensuojelulaki 13.4.2007/417. Valtion säädöstietopankki FINLEXin www-sivut. Viitattu 18.5.2012. <http://www.finlex.fi>*

*Liikunta ja mielenterveys opas. 2008. Pori: Mielenterveyden keskusliitto. Viitattu 19.11.2012. <http://www.mtkl.fi/@Bin/285221/Liikunta+ja+mielenterveys+netti.pdf>*

*Nelliportaalin www-sivut 2012. Viitattu 18.10.2012. <http://www.nelliportaali.fi>*

*Nurmi, A. 2012. Kaduilla liikuntasaliin. Toimintatutkimus hiphop-tanssista osana lukion liikuntakasvatusta. Toimintatutkimus. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 26.11.2012. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/39937/978-951-39-4838-2.pdf?sequence=1>*

*Pekkarinen, E. 2010. Stadilaispojat, rikokset ja lastensuojelu. Helsinki: Yliopistopaino*

*Projektimainen opinnäytetyö. www-sivut. 2012. Viitattu 30.12.2012. <http://hui01.bh.spt.fi/vk/sotepo/tmrt.nsf/htmlview/6694958D3E9FC017C225715E0046A123>*

*Reinikainen, K. 2012. Työhyvinvointia tukevat voimavarat lastensuojelutyössä. Pro gradu –tutkielma. Lapin yliopisto.*

*Satakunnan Kansa. 2010. Nuorten kännäminen poiki 115 ilmoitusta koteihin. 12.9.2010. Viitattu 14.12.2012. <http://www.satakunnankansa.fi>*

*Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskuksen www-sivut 2012. Viitattu 5.12.2012. <http://www.stakes.fi/verkkojulkaisut/raportit/R19-2008-verkko.pdf>*

*Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2012a. Terveys 2015. Viitattu 5.12.2012. <http://www.stm.fi> Terveys 2015*

*Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2012b. Syrjäytymistä, köyhyyttä ja terveysongelmia vähentävä poikkihallinnollinen toimenpideohjelma. Viitattu 5.12.2012. <http://www.stm.fi>*

*Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2012c. Lastensuojelu. Viitattu 5.12.2012. <http://www.stm.fi>*

*Sosiaaliportin www-sivut 2013. Viitattu 7.3.2013. <http://www.sosiaaliportti.fi>*

*Terve koululainen www-sivut. 2012. Viitattu 12.12.2012. <http://www.tervekoululainen.fi>*

*Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2012. Viitattu 19.11.2012. <http://www.ktl.fi>*

*Valtioneuvoston periaatepäätös Terveys 2015 –kansanterveysohjelmasta. 2001. 23-24. Viitattu 26.11.2012. <http://pre20031103.stm.fi>*

*Wikipedia. Vapaa tietosanakirja. 2012. Viitattu 1.11.2012. <http://fi.wikipedia.org>  
Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.*

# LIITE 1

Tehtävät	Suunniteltu	Toteutunut
Aiheen rajaus + tiedon hankinta	Touko – Syyskuu 2012	Touko – Syyskuu 2012
Teoriaosa, Aihe-seminaari, Sopimukset	70 2h 1h	100h 3h 3h
Kirjoitusprosessi + tuntisuunnitelma	Syys – Joulukuu 2012	Elokuu 2012 – Helmikuu 2013
Teoriaosa, Suunnitteluseminaari, Tuntien suunnittelu	190h 4h 70h	210h 6h 40h
Tuntien pitäminen	Marras – Joulukuu 2012	Marras – Joulukuu 2012

Opinnäytetyöraportin kirjoittaminen, opinnäytetyön viimeistely	10h 20h	9h 30h
Raportointiseminaari	2h Tammikuu 2013	14.3.2013
Kypsyysnäyte	4h	3h
Valmiin työn luovutus	Maaliskuu 2013	Huhtikuu 2013